HITACHI
Inspire the Next

取扱説明書・料理集

保証書付き（保証書は裏表紙に付いています。）

日立 IH ジャー炊飯器 家庭用

型式 **RZ-GS10J**（1.0Lタイプ）
型式 **RZ-GS18J**（1.8Lタイプ）

このたびは日立IHジャー炊飯器をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。
この説明書では、RZ-GS10Jを例に説明をしています。
お読みになったあとは、大切に保存し、必要なときにお読みください。

「安全上のご注意」→ P.2〜3 をお読みいただき、正しくお使いください。

RZ-GS10J

極上炊き

もくじ

ご使用の前に

ごはんの炊きかた

保温する

お手入れ

こんなとき

安全上のご注意

この炊飯器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

お使いになる人や、ほかの人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただくことを、次のように説明しています。また、本文中の注意事項についてもよくお読みのうえ、正しくお使いください。

■ここに示した注記事項は

表示内容を無視して誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

⚠警告	⚠注意
この表示の欄は、「死亡または重傷を負うおそれがある」内容です。	この表示の欄は、「傷害を負うおそれがあるか、または家屋・家財などの損害が発生するおそれがある」内容です。

絵表示の例

⚠	禁止	指示
「警告や注意を促す」内容です。	してはいけない「禁止」内容です。	実行しなければならない「指示」内容です。

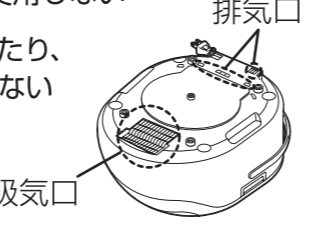
⚠警告

感電・ショート・発火・火災を防ぐために

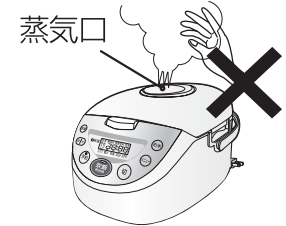
- ●定格15A以上・交流100Vのコンセントを単独で使用する
- ●プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
- ●プラグの刃や刃の取り付け部分にほこりが付着している場合はよく拭く

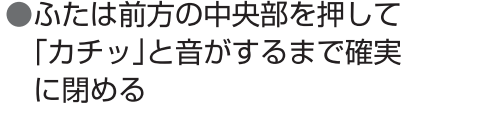
分解禁止

- ●改造はしない 修理技術者以外の人は、分解したり、修理をしない

ぬれ手禁止

- ●ぬれた手でプラグの抜き差しはしない

水ぬれ禁止

- ●本体やコードを水につけたり、水をかけたりしない 本体を水のあるところに置かない

- ●コードやプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
- ●コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみこんだりしない
- ●吸気口・排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、異物を入れない
- ●子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない

やけどを防ぐために

高温の蒸気が出てやけどのおそれ

- ●蒸気口に手や顔を近づけない 炊飯中は高温の蒸気が出ます。 特に乳幼児の手の届く所で使わない
- ●炊飯中はふたを開けたり、本体を揺らしたり、持ち運びしたりしない

食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ

- ●ふたは前方の中央部を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める
- ●取扱説明書・料理集に記載の炊飯以外の用途には使わない

⚠注意

こんなところで使わない

- ●水のかかるところや、火気の近く（感電・漏電・火災の原因）
- ●不安定な場所や熱に弱い敷物の上（けが・火災の原因）
- ●吸気口・排気口をふさぐような敷物の上、アルミ箔の上（過熱・やけどの原因）
- ●壁や家具の近くまた、キッチン用収納棚を使うときは中に蒸気がこもらないようにする（結露で壁や家具の変色・変形の原因）
- ●ふたが完全に開かない場所（ふた加熱板に触れたり、熱いしずくがたれて、やけどの原因）

プラグの取り扱い

プラグを抜く

- ●使用時以外はプラグをコンセントから抜く（絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・けがの原因）

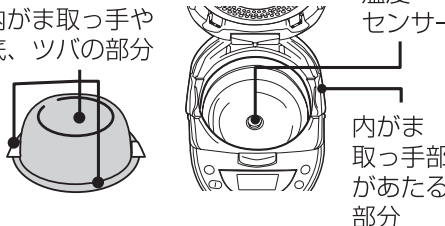
- ●プラグを抜くときや、巻き取るときはコードを持たずにプラグを持つ（けが・火災の原因）

やけどを防ぐために

- ●お手入れは本体が冷めてから行う
- ●ふた加熱板は冷めてからはずす
- ●ふたを完全に開けてからごはんをよそう（ふたから熱いしずくがたれるおそれ）

接触禁止

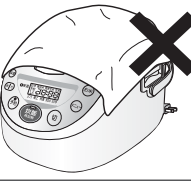
- ●使用中や使用直後は、内がま、内がま取っ手、ふた加熱板、調圧キャップなどの高温部に触れない

- ●内がま取っ手で本体を持ち運ばない ふたを閉め、本体のハンドルを持つ（けがややけどの原因）
- ●本体を持ち運ぶときはフックボタンに触れない（ふたが開くおそれ）
- ●炊飯中はハンドルを立てない（ハンドルが蒸気で高温になるおそれ）

事故をさけるために

- ●専用の内がま以外は使用しない（異常動作・過熱・火災の原因）
- ●本体内側に金属性の小物やアルミ箔などが入ったまま使わない(過熱・火災の原因)

本体内側

- ●心臓用のペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたって、医師とよくご相談ください（本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため）

- ●磁気に弱いものを近づけない（キャッシュカード・自動改札用定期券など磁気の記憶が消えるおそれ）

お願い　故障や誤動作を防ぐために

- ●空炊きはしない（過熱の原因）
- ●異物がついたまま使わない 特に右図の部分はきれいにする（故障やうまく炊けない原因）

- ●内がまを、直火にかけたり電子レンジで加熱したり、電磁調理器などに使用しない（内がま取っ手が変形したり、フッ素被膜が剥がれる原因）
- ●ふきん・タオルなどで、ふたを覆った状態で使わない（変色・変形・故障の原因）

- ●テレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の近くで使わない（雑音や画面のちらつきの原因）
- ●本体を落としたり、破損したときは使用を中止し、お買い上げの販売店に修理・点検を依頼してください

各部のなまえ・付属品・操作部・表示窓

→ P.○○ の数字は主な説明のあるページです。

■ 本体

■ 付属品

■ 操作部

凸マーク　炊飯(再加熱)ボタンに「○」、切ボタンに「▭」の凸部をつけて目の不自由な方々に対して配慮してあります。

■ 表示窓

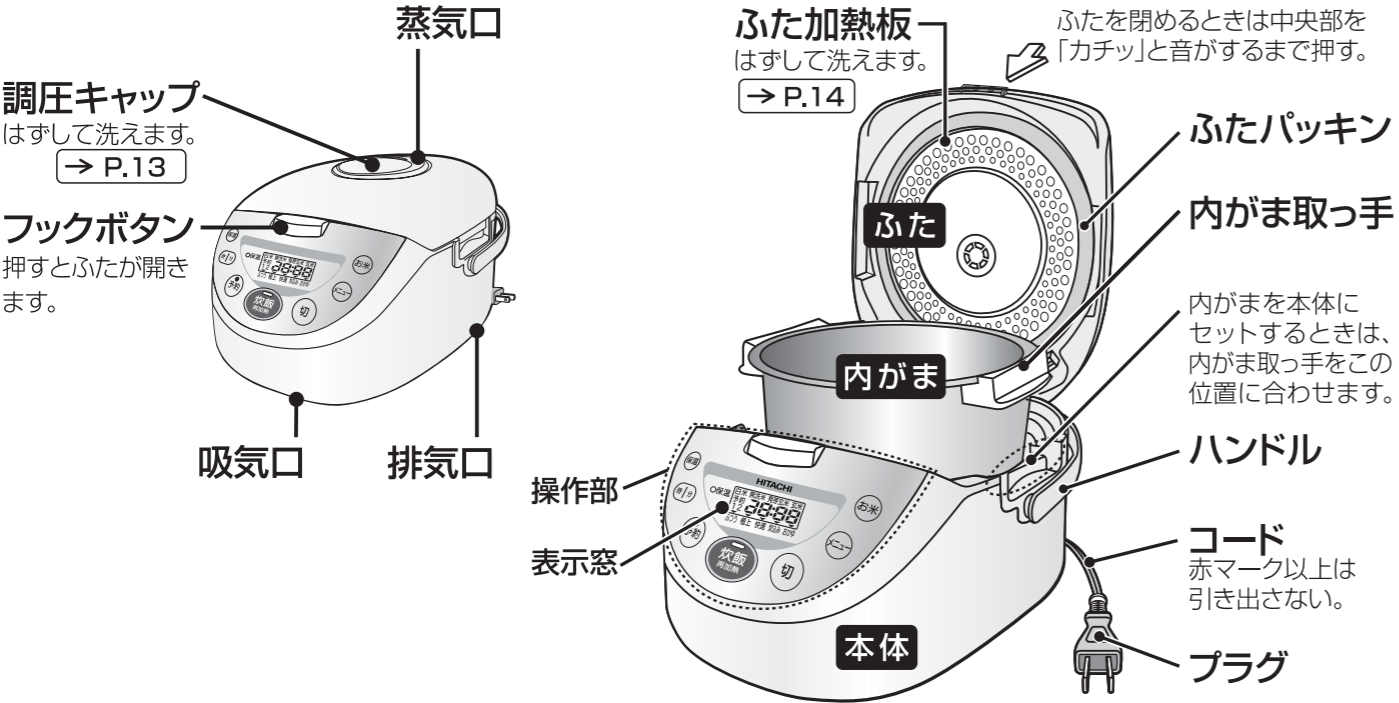
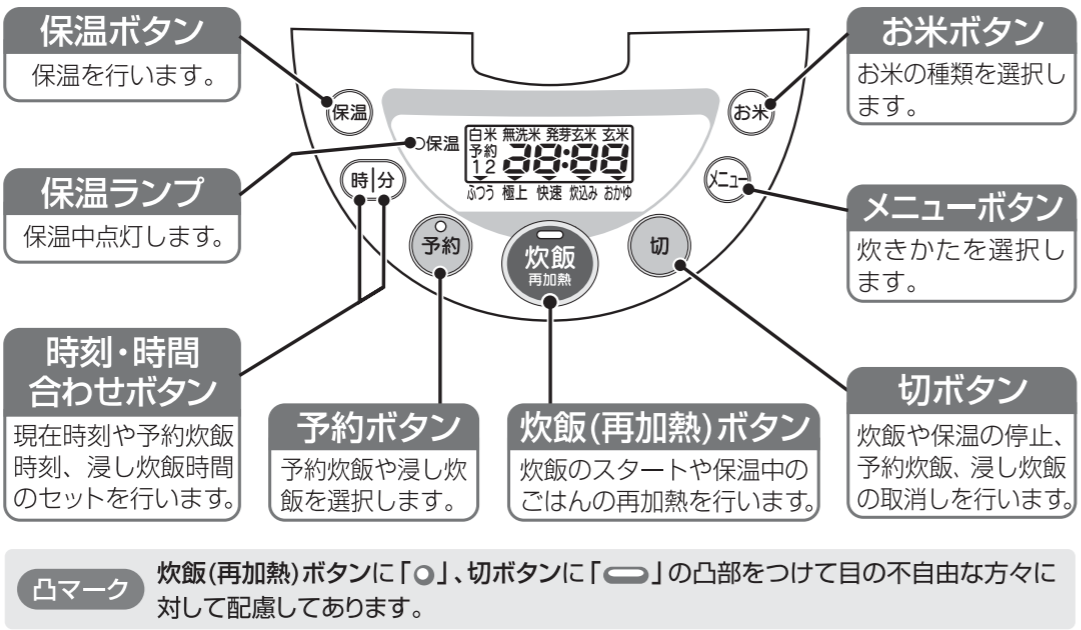
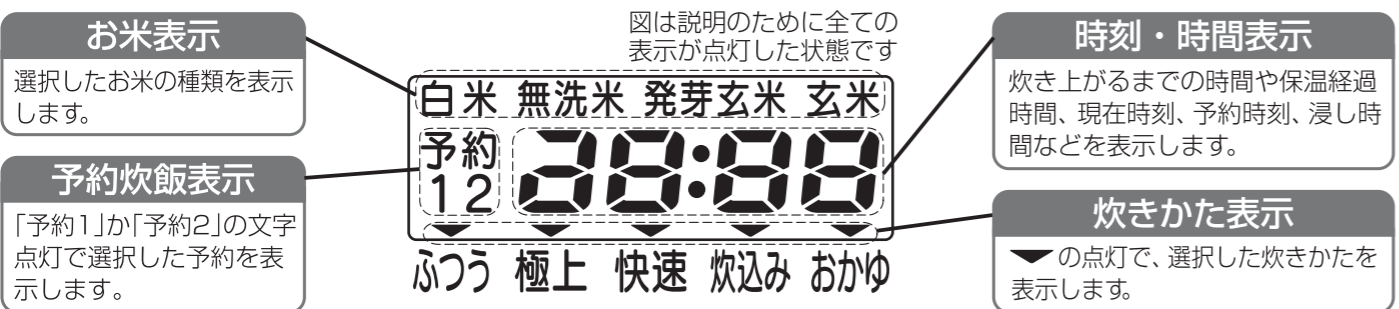
お米表示
選択したお米の種類を表示します。

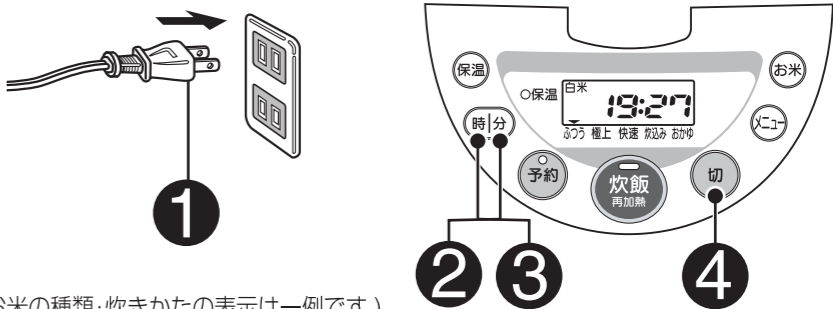
予約炊飯表示
「予約1」か「予約2」の文字点灯で選択した予約を表示します。

図は説明のために全ての表示が点灯した状態です

白米 無洗米 発芽玄米 玄米
予約 1 2　88:88
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

時刻・時間表示
炊き上がるまでの時間や保温経過時間、現在時刻、予約時刻、浸し時間などを表示します。

炊きかた表示
▼の点灯で、選択した炊きかたを表示します。

現在時刻の合わせかた

- 時計はプラグを抜いても動作、表示します。
- 室温により、1ヶ月に約2分程ずれることがあります。
ずれているときは、以下の手順で現在時刻に合わせてください。

例）現在20:30で、表示が19:27のとき(お米の種類･炊きかたの表示は一例です。)

❶ プラグを差し込む

❷ 時 または 分 を約1秒間押す

ピッと鳴って時刻表示が点滅します。

- 炊飯中、保温中、予約中、再加熱中は時刻合わせができません。

❸ 時 および 分 を押し、時刻を合わせる

時 は1時間単位で、分 は1分単位で進みます。

「時」ボタンで合わせます。　「分」ボタンで合わせます。

- ボタンを押し続けると、早送りになります。
- 時計は24時間表示です。夜中の12時は0:00に、昼の12時は12:00に合わせてください。

時刻合わせの途中に「保温」ボタンを3秒間押し続けると、時刻が12:00(昼の12時)になります。

❹ 時刻を合わせた後、切 を押す

時刻表示の点滅が点灯に変わり、時刻合わせ完了。

- 時刻を合わせた後、「切」ボタンを押さないと、60秒後に自動的に時刻合わせを終了します。

メロディー音の切り替えかた

- 炊飯開始と炊き上がりをメロディーでお知らせします。
- 次の方法でメロディー(標準)とメロディー(低音)およびブザーを切り替えられます。(工場出荷時はメロディー(標準)です。)

1 保温 を押す

「保温」ランプが点灯します。（点灯 保温）

2 予約 を5秒間押し続ける

メロディー(標準) → メロディー(低音) → ブザー

- 好みの音が鳴るまで繰り返す。
鳴った音に切り替え完了

3 切 を押す

「保温」ランプが消灯します。（消灯 保温）

ご使用の前に

炊飯の準備（おいしく炊くポイントとお願い）

❶ 付属の計量カップでお米を計る

×　○　×
すりきり1杯

●お米は、付属の計量カップで正しく計ってください。
白米と無洗米で計量カップを使い分けます。
市販の計量米びつは、付属の計量カップの量と異なる場合があります。

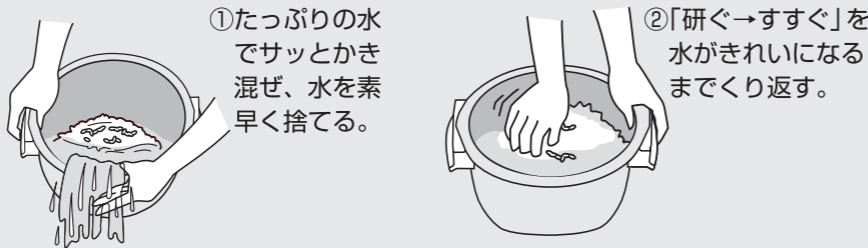
白米用計量カップ
すりきり1杯：約180mL(約1合)

無洗米用計量カップ(グリーン)
すりきり1杯：約170mL(約1合)

❷ お米を研ぐ

●無洗米は底からかき混ぜ、お米と水をなじませてください。にごる場合はすすいでください。
（にごりは、うまく炊けない原因になることがあります。）

①たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨てる。

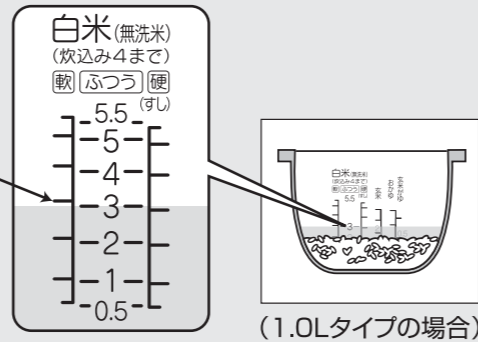
②「研ぐ→すすぐ」を水がきれいになるまでくり返す。

●お米は最初の水をいち早く吸収します。ヌカの臭いが付かないよう最初の水は素早く捨てます。
●研いだ後は、水がきれいになるまでよくすすぎましょう。
（おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因）

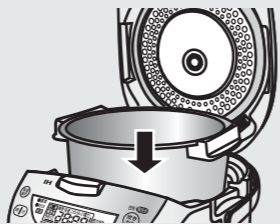
お願い ●泡立て器などを使わないでください。（フッ素被膜がはがれる原因）

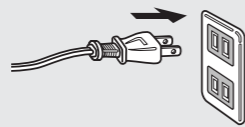
❸ 炊きかたに合った水位目盛で水加減をする

例）白米 で3カップのお米を炊くとき

「軟」の水位目盛以上に水を入れない

（1.0Lタイプの場合）

お願い ●お米は平らにならし、水平なところで水加減してください。
●お湯は使わないでください。（ベタつきの原因）
●アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、ベタついたりする場合があります。
●新米を炊くときは、「硬」の水位目盛を目安に水加減を少なめにしてください。水分の多い新米を、ベタつきを抑えて炊き上げます。

❹ 内がまを本体にセットする

お願い ●内がまのまわり、底の水気や異物をふき取ってください。
●内がま取っ手の位置を確実に合わせてください。

❺ ふたを閉める

❻ プラグを差し込む

●プラグを差し込むと、現在選択されている炊きかたの設定と現在時刻を表示します。

お願い ●プラグを差し込むときカチッと音がしたり、火花がでる場合がありますが、インバーター回路に充電するためで故障ではありません。

標準水量

お米の量		標準水量※	
カップ数	白米(無洗米)の質量	1.0Lタイプ	1.8Lタイプ
0.5カップ	75g	150g	—
1カップ	150g	270g	280g
2カップ	300g	460g	480g
3カップ	450g	650g	660g
4カップ	600g	840g	870g
5カップ	750g	1,020g	1,080g
5.5カップ	825g	1,120g	—
6カップ	900g	—	1,260g
7カップ	1,050g	—	1,450g
8カップ	1,200g	—	1,660g
9カップ	1,350g	—	1,870g
10カップ	1,500g	—	2,090g

※炊飯するお米の量に対する標準水量(質量)です。
（洗米の際に付着する水の質量も含みます。）

お願い
●**調圧キャップを必ずつけてください。**
（ふきこぼれや、蒸気によるやけどのおそれがあります。）

●**ふたは「カチッ」と音がするまでゆっくり確実に閉めてください。**
（ふた加熱板をつけないとふたが閉まりません。）

ごはんの炊きかた

準備を終えたら、ごはんの炊きかたを選ぶ

●**すぐに炊く場合** → P.8、9
●**予約して炊く場合** → P.10
●**浸してから炊く場合** → P.11

ごはんを炊く

白米／無洗米／発芽玄米／「ふつう」「極上」「快速」「炊込み」「おかゆ」

(分づき米)玄米／麦ごはん／(おこわ)もち米

⚠注意

炊きかたを確認する
水量の多い「おかゆ」を他の炊きかたで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

●お米の種類によって選択できる炊きかたが異なります。→右表
●白米は白米用計量カップ、無洗米は無洗米用計量カップ(グリーン)でお米を計ってください。

お米を押し、炊飯するお米の種類を選択する

「お米」ボタンを押すごとに「白米」→「無洗米」→「発芽玄米」→「玄米」→(「白米」に戻る)の順に点滅が切り替わります。点滅が選択しているお米の種類です。

❷ **メニューを押し、希望の炊きかたに▼を合わせる**

「メニュー」ボタンを押すごとに「ふつう」→「極上」→「快速」→「炊込み」→「おかゆ」→(「ふつう」に戻る)の順に切り替わります。

例：白米・極上を選択

●前回選択した炊きかたを炊飯器が記憶しています。
ただし、「白米」「無洗米」の「快速」「炊込み」「おかゆ」は記憶せず「ふつう」に戻ります。

炊飯(再加熱)を押す

「炊飯(再加熱)」ランプが点灯し、メロディー(ブザー)が鳴って炊飯が始まります。
↓
表示が約3秒回転します。
↓
炊き上がるまでの時間に変わります。

白米 70
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

●「白米」「無洗米」の「ふつう」「極上」「快速」以外の炊きかたのときは現在時刻を表示し、炊き上がるまでの時間表示は、炊き上がる数分前から表示します。

炊き上がるとメロディー(ブザー)が鳴り保温になります。

「保温」ランプが点灯します。

点灯 ○保温

保温の経過時間を0時間～24時間まで1時間単位で表示します。(25時間後に現在時刻表示になります。)

時間を「h」で表します。

●おいしく保温するポイント →P.12

❹ **炊き上がったらごはんをほぐす**

保温を止めるときは、切を押し、プラグを抜く

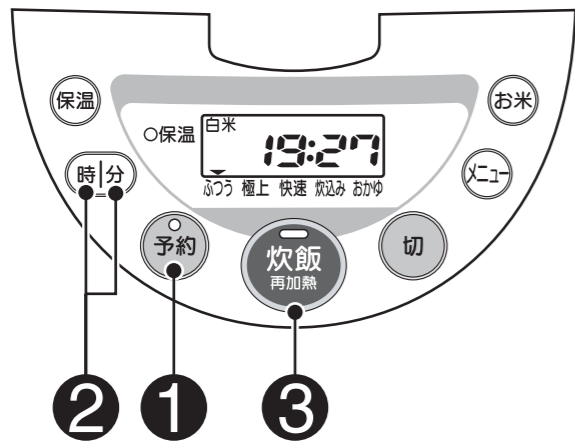
お米とメニューの選択のしかた

炊くお米の種類	選択項目 お米	選択項目 メニュー	メニュー選択の目安	炊飯できる量 1.0Lタイプ	炊飯できる量 1.8Lタイプ	使用する水位目盛	炊飯時間の目安	ご注意
白米 無洗米	白米 無洗米	ふつう	あまり時間をかけずに炊く、ふつうの炊きかたです。	0.5~5.5カップ	1~10カップ	白米(無洗米)	40~70分	●新米を炊くときは、「硬」の水位目盛を目安に水加減してください。水分の多い新米を、ベタつきを抑えて炊き上げます。 ●5分がゆを炊くときは、お米の量を約半分にしてください。 ●「極上」の炊きかたは、中量(1.0Lタイプで2~4カップ、1.8Lタイプで3~7カップ)がおすすめです。
		極上 (おすすめ)	しっかり浸して、じっくり蒸らし、ごはんの甘み・ねばりを引き出すおすすめの炊きかたです。	0.5~5.5カップ	1~10カップ		55~80分	
		快速	ふつうより短時間で炊きます。このため、ごはんが少し硬めになったり、食味が落ちることがあります。	1~5.5カップ	1~10カップ 無洗米は7カップまで		27~50分	
		炊込み	具を入れて炊込みごはんを炊くときに選択します。	1~4カップ	2~7カップ		40~65分	
		おかゆ	おかゆを炊くときに選択します。	0.5~1.5カップ	1.0~2.5カップ	おかゆ	60~80分	
発芽玄米	発芽玄米	ふつう	発芽玄米を炊くときに選択します。	1~4カップ	2~7カップ	白米(無洗米)	40~65分	●発芽玄米は発芽玄米1に対して白米2の割合で混ぜてください。発芽玄米のみまたは、発芽玄米の割合を増やすときは、「玄米」の水位線で水加減し、お米ボタンは「玄米」を選択してください。
		炊込み	発芽玄米に具を入れて炊込みごはんを炊くときに選択します。					
		おかゆ	発芽玄米でおかゆを炊くときに選択します。	0.5~1.5カップ	0.5~1.5カップ	おかゆ	90~110分	
玄米(分づき米)	玄米	ふつう	玄米(分づき米)を炊くときに選択します。	1~4カップ	2~7カップ	玄米(分づき米は分づき米)	80~110分	●5分がゆを炊くときは、お米の量を約半分にしてください。
		炊込み	玄米に具を入れて炊込みごはんを炊くときに選択します。			玄米	80~110分	
		おかゆ	玄米でおかゆを炊くときに選択します。	0.5~1カップ	0.5~1.5カップ	玄米がゆ	100~120分	●5分がゆを炊くときは、お米の量を約半分にしてください。
麦ごはん	白米	炊込み	麦ごはんを炊くときに選択します。	1~4カップ	2~7カップ	分づき米	45~75分	●もち米だけでは炊けません。もち米2に対して白米1の割合で混ぜてください。
もち米(おこわ)	白米	炊込み	もち米(おこわ)を炊くときに選択します。			おこわ		

※炊飯時間の目安は、電圧100V・室温20℃・水温18℃・水加減は白米(無洗米)の場合は「ふつう」、それ以外のお米はそれぞれの水位目盛での目安です。
※炊飯時間は、電圧・室温・水加減・お米や雑穀の種類などにより変わります。

●炊き上がるまでの時間は前回までの炊飯時間や水の温度などを参考に、炊飯器が計算する目安の時間です。
●本体が温かいと炊き上がるまでの時間表示が出ない場合があります。
●炊き上がるまでの時間表示が炊飯の途中で一度に進んだり、止まることがあります。これはおいしく炊くための調整です。

●炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれることがありますが、異常ではありません。つゆが気になるときは「極上」の炊きかたをお試しください。
●炊き上がったごはんの中央部が、やややくぼんだり、内がまに触れている部分がやわらかくなることがあります。
これはIH加熱により内がま自体が発熱し、ごはんをつつみ込んで炊き上げるためです。
●ほぐさないと余分な蒸気を吸ってベタついたり固まることがあります。

予約炊飯をする（食べたい時刻に炊き上げるとき）

予約

- 予約時刻は「予約1」と「予約2」の2通りセットできます。
  工場出荷時は「予約1」に6:00、「予約2」に18:00がセットされています。
- 予約時刻は炊き上がりの時刻です。
- 現在時刻に近接した炊き上がり時刻を設定した場合は、すぐに炊飯が始まります。

お願い

- 「炊込み」は予約炊飯をしないでください。
  （沈殿してうまく炊けません。）
- 予約は12時間以内を目安にしてください。

例）「予約1」で炊き上がり時刻を7:30に予約する場合

❶ 現在時刻が合っていることを確認してから 予約 を押して「予約1」を選ぶ

「予約」ボタンを押す毎に
「予約1」→「予約2」→
「30」（浸し時間）→
（「予約1」に戻る）の設定ができます。
「炊飯（再加熱）」ランプが点滅し、予約時刻を表示します。

点滅

- お米の種類と炊きかたの設定 →P.8、9

❷ 時 および 分 を押して、炊き上がり時刻を設定する

時 は1時間単位で、
分 は10分単位で進みます。

- ボタンを押し続けると、早送りになります。
- 炊き上がり時刻の設定の途中に「保温」ボタン を3秒間押し続けると、炊き上がり時刻が工場出荷時の状態
  （「予約1」のときは、「予約1」が 6:00
  「予約2」のときは、「予約2」が18:00）
  に戻ります。
  設定する時刻によっては、一度工場出荷時の状態に戻すと便利です。
  例）「予約1」を7:30から6:30に設定し直すとき

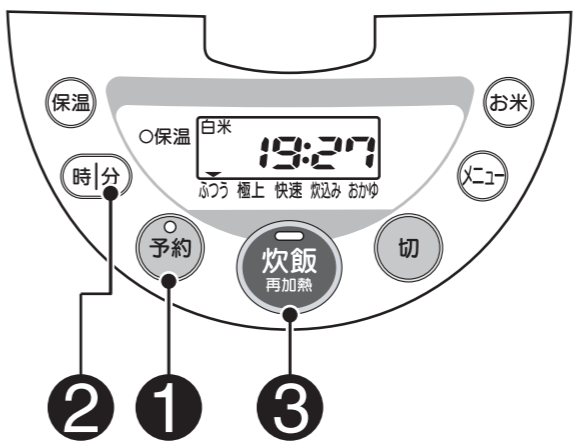
❸ 炊飯 を押し、予約炊飯を設定する

ブザーが鳴ってセット完了
「予約」ランプが点灯して、「炊飯（再加熱）」ランプが消灯します。

※予約炊飯の場合、炊き上がるまで、設定した炊き上がり時刻を表示します。

- ブザー音の鳴りかた
  「予約1」 ピーピー
  「予約2」 ピーピピピピ

- 予約の取り消しは「切」ボタン を押してください。
- 「予約2」にセットするときも、同じ要領で行います。
- 「予約1」「予約2」にセットした時刻は、変更しない限り、記憶しています。
- 次回からは「予約」ボタンで「予約1」か「予約2」を選び「炊飯」ボタンを押すだけで設定できます。

浸し炊飯をする（お米を浸してから炊くとき）

浸 し

- 浸し中の温度を制御し、お米に水を十分吸わせてから炊き始めます。
- 浸す時間の目安は夏場30分程度、冬場60分程度をおすすめします。
- 予約炊飯との組合わせはできません。

お願い

- 具や調味料の入るものは浸し炊飯をしないでください。
  （沈殿してうまく炊けません。）

例）60分浸してから炊く場合

❶ 予約 を押して浸し時間を表示させる

（浸し時間（分）が表示されます。）

「予約」ボタンを押すごとに
「予約1」→「予約2」→
「30」（浸し時間）→
（「予約1」に戻る）の設定ができます。
「炊飯」ランプが点滅し、浸し時間を表示します。

白米 予約 1 2 30
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ
浸し時間（分）

- お米の種類と炊きかたの設定 →P.8、9
- 浸し時間は前回セットした時間を記憶しています。

❷ 分 を押し、希望の浸し時間を選択する

押すごとに以下の順で、10分単位で時間が変わります。
「30」→「40」→「50」→「60」→
「10」→「20」→（「30」に戻る）の順に表示が変わります。

- ボタンを押し続けると、早送りになります。

❸ 炊飯 を押し、浸し炊飯を設定する

ブザーが鳴ってセット完了
「予約」ランプが点灯して、「炊飯（再加熱）」ランプが消灯します。

白米 60
ふつう 極上 快速 炊込み おかゆ

※浸し中は炊き始めまでの時間を分単位で表示します。

- ブザー音の鳴りかた
  ピーピーピピピピ

- 浸しの時間が完了すると炊飯が始まります。
- 浸し炊飯の取り消しは「切」ボタン を押してください。